

#MesCumpleañero

Si conoces a muchxs Virgo o Libra no te sorprendas, en esta época **hay más nacimientos**
P.02

#Entérate

De enero a julio de este año, 188 menores fueron víctimas de **algún tipo de extorsión**
P.04

#DeMomento

El rock alternativo tiene a una nueva banda latinoamericana **rompiéndola en Las Vegas** **P.10**

+

Chilango

La obsesión por el cuerpo *fitness*

La pandemia y las redes sociales dispararon los trastornos alimenticios en las mujeres, pero aún más en los hombres **P.06-07**

FOTO: SHUTTERSTOCK

CASA DE APUESTAS OFICIAL

LIGA BBVA A24

HORARIO	PARTIDOS 17 DE SEPTIEMBRE		LOCAL	EMPATE	VISITANTE
19:00	PACHUCA	VS	TOLUCA	+146	+250
19:00	ATL. SAN LUIS	VS	CRUZ AZUL	+320	+255
19:00	AMÉRICA	VS	ATLAS	-193	+320

ESTOS MOMIOS, FECHAS Y HORARIOS PUEDEN CAMBIAR EN CUALQUIER MOMENTO. CONSÚLTALOS ANTES DE METER TU APUESTA.

Si apuestas **\$1,000** a este parlay cobrarías: **\$7,303**

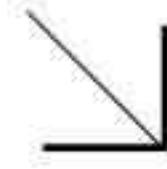
Recibe de regalo*
\$1,000
SIN DEPÓSITO

SPORTS

BAJA LA APP EN caliente.mx

App Store

*VÁLIDO SÓLO PARA NUEVOS USUARIOS. PERMISO SEGDG/SP/404/97. DIVIÉRTETE RESPONSABLEMENTE. LOS JUEGOS CON APUESTA ESTÁN PROHIBIDOS PARA MENORES DE EDAD. CONSULTA TÉRMINOS Y CONDICIONES EN CALIENTE.MX



Hay 27% más nacimientos
en septiembre que en febrero, según el INEGI



9% de lxs mexicanxs
que nacieron entre 2007 y 2022 lo hicieron en el mes patrio



FOTO: SHUTTERSTOCK

que septiembre era el mes con más cumpleaños, sino que el día 9 era la fecha en que lxs ginecólogxs tenían más trabajo, seguido del 19 y el 12.

Otro estudio, realizado por la Universidad de Harvard, concluyó que el 16 es el día que más nacimientos hay en todo el planeta. Usando estadísticas de natalidad entre 1973 y 1999 de los países de la ONU, lxs autorxs de la investigación revelaron el mismo patrón: septiembre es el mes de los bebés.

El invierno es para lxs enamoradxs

¿Por qué hay tantos nacimientos en septiembre? Para explicar el fenómeno, lxs investigadorxs de Harvard y el mismo Stiles opinan que la clave está en las fiestas de fin de año: Navidad y Año Nuevo. Si retrocedemos el tiempo 40 semanas atrás, que es lo que en promedio dura el periodo de gestación, llegaremos a la época decembrina.

Con la Navidad, muchxs estudiantes y trabajadorxs toman vacaciones, lo que significa que las parejas tienen más tiempo para estar juntas, en un ambiente festivo y lleno de alcohol. El estudio indica que las personas tienen más sexo durante las vacaciones además de que el esperma suele ser de mejor calidad durante el invierno. Al conjuntar todos estos factores, ¡voilà!, habrá un bebé Virgo o Libra en camino y listo para llegar al mundo nueve meses después.

Así como septiembre es el mes con más cumpleaños en México, las cifras del INEGI indican que febrero es la época con menos alumbramientos. En el mismo periodo de 15 años (2007 a 2022) nacieron en México 2.70 millones de bebés durante los meses de febrero, es decir, casi 750 mil menos que los nacidos en fiestas patrias.

En la capital del país el patrón se repite. Febrero es la época con menos natalidad, al sumar en una década y media casi 184 mil nacimientos, frente a los 218 mil de septiembre. Esto tiene mucha lógica, ya que febrero es el mes que menos días tiene.

Y si hablamos del día con menos nacimientos, tampoco es difícil deducirlo. Se trata del 29 de febrero, una fecha que sólo ocurre cada cuatro años. Por ahora, lo mejor es que te arregles porque seguramente asistirás a más de una fiesta en esta temporada. 🍷

La paradoja del cumpleaños

Aquí te va otro dato. La razón por la que tu Facebook te notifica de tantxs amigxs cumpliendo años, incluso el mismo día, se debe a una peculiaridad estadística conocida como "la paradoja del cumpleaños". Este hallazgo establece que en un grupo de 23 personas hay una probabilidad del 50.7% de que al menos dos de ellas cumplan años el mismo día. Y si el grupo es de 60 o más, la probabilidad sube a 99.9%. En sentido estricto no es una paradoja, pero es una verdad matemática que contradice la intuición.

#Entérate

Septiembre es el mes con más cumpleaños

Si conoces a muchxs Virgo o Libra no te sorprendas, esta es la época del año con más nacimientos. Aquí te contamos

Por
Saúl
Hernández

Siempre asociamos a septiembre con las fiestas patrias: es el mes de la Independencia, de la comida mexicana y de cantar *México Lindo y Querido* al son del mariachi. A lxs chilangxs también nos trae recuerdos amargos por los terremotos que sacudieron nuestra ciudad en 1985 y 2017, y andamos más precavidxs que de costumbre, no sea que eso de "retiemble en sus centros la tierra" se vuelva literal. Pero septiembre tiene otra peculiaridad que casi nadie conoce: es el mes en que más mexicanxs (y chilangxs) nacen. De hecho, es la temporada en que más bebés llegan al mundo.

Vamos por partes y primero echemos

un vistazo a las Estadísticas de Nacimientos Registrados (ENR) del INEGI. Desde el año 2007 hasta el 2022 (último registro disponible), septiembre ha sido consecutivamente el mes en que más personas nacieron en México. Durante ese periodo se registraron 37.11 millones de alumbramientos y 3.45 millones ocurrieron en el mes patrio. Los otros meses con más natalidad fueron octubre y agosto, con 3.37 y 3.34 millones, respectivamente.

En la Ciudad de México estos tres meses se han disputado el trofeo al mes más popular para nacer; a veces ha ganado agosto, otras octubre, pero la mayoría de los años triunfó septiembre. De 2.5 millones de nacimientos entre 2007 y 2022, 218 mil ocurrieron en el mes de la Independencia.

El que septiembre sea la época con más bebés no es algo que sea particular de México, así pasa en todo el mundo. Por ejemplo, en Estados Unidos el periodista de datos Matt Stiles recopiló 20 años de nacimientos (1994 a 2014) y no sólo encontró

Te esperamos en:

Sanborns Acapulco Centro
Sanborns Acapulco Oceanic
Sanborns Aeropuerto
Sanborns Aguascalientes Altaria
Sanborns Aguascalientes Francia
Sanborns Altavista
Sanborns Azcapotzalco
Sanborns Balbuena
Sanborns Bamer
Sanborns Barranca Del Muerto
Sanborns Buenavista
Sanborns Buenavista Forum
Sanborns Camarones
Sanborns Cancún
Sanborns Cancún Gran Plaza
Sanborns Celaya
Sanborns Centenario
Sanborns Centro Histórico
Sanborns Centro Insurgentes
Sanborns Chihuahua
Sanborns Chihuahua Plaza Del Sol
Sanborns Ciudad Del Carmen
Sanborns Ciudad Jardin Neza
Sanborns Ciudad Juárez
Sanborns Ciudad Juárez Misiones
Sanborns Coacalco Cosmopol
Sanborns Coatzacoalcos
Sanborns Condes De Xala
Sanborns Cuautitlan
Sanborns Cuautitlan Luna Parc
Sanborns Cuernavaca Averanda
Sanborns Cuernavaca Casa De Piedra
Sanborns Cuernavaca Centro
Sanborns Cuernavaca Galerías
Sanborns Cuernavaca Plaza
Sanborns Culiacán
Sanborns Del Valle
Sanborns Ecatepec
Sanborns Echeagaray
Sanborns Ermita
Sanborns Fuentes Brotantes
Sanborns Galerías Atizapan
Sanborns Galerías Coapa
Sanborns Galerías Insurgentes
Sanborns Gransur
Sanborns Guadalajara Galerías
Sanborns Guadalajara Gran Plaza

Sanborns Guadalajara Plaza Del Sol
Sanborns Guadalajara Vallarta
Sanborns Hermosillo
Sanborns Hospitales
Sanborns Interlomas
Sanborns Insurgentes
Sanborns Las Aguilas
Sanborns Las Antenas
Sanborns León Plaza Mayor
Sanborns Lindavista
Sanborns Lomas Verdes
Sanborns Loreto
Sanborns Los Reyes
Sanborns Madero
Sanborns Masaryk
Sanborns Merida Altabrisa
Sanborns Mérida Gran Plaza
Sanborns Metepec
Sanborns Metrópoli
Sanborns Mexicali
Sanborns Monterrey Centro
Sanborns Monterrey Galerías
Sanborns Monterrey Nuevo Sur
Sanborns Monterrey San Agustín
Sanborns Morelia
Sanborns Morelia Paseo Altozano
Sanborns Morelia Portal Galeana
Sanborns Nuevo Tlalnepantla
Sanborns Nuevo Veracruz
Sanborns Orizaba Plaza Valle
Sanborns Pabellón Bosques
Sanborns Pabellón Cuauhtémoc
Sanborns Pachuca
Sanborns Pachuca Plaza Q
Sanborns Palmas
Sanborns Paradero Cd. Aztecas
Sanborns Parque Delta
Sanborns Parque Lindavista
Sanborns Parque Tezontle
Sanborns Parque Toreo
Sanborns Pedregal
Sanborns Peralvillo
Sanborns Perinorte
Sanborns Perisur
Sanborns Plaza Carso
Sanborns Plaza Central
Sanborns Plaza Galerías

Sanborns Plaza Inbursa
Sanborns Plaza Insurgentes
Sanborns Puebla Angelópolis
Sanborns Puebla Centro
Sanborns Puebla Héroes
Sanborns Puebla Las Animas
Sanborns Querétaro
Sanborns Querétaro Arquitos
Sanborns Querétaro Centro Comercial
Sanborns Queretaro La Victoria
Sanborns Reforma 222
Sanborns Reynosa
Sanborns Riviera
Sanborns Saltillo
Sanborns San Antonio
Sanborns San Luis El Dorado
Sanborns San Luis Potosí
Sanborns San Luis Potosi Plaza
Sanborns San Marcos
Sanborns San Mateo
Sanborns Santa Fe
Sanborns Satélite
Sanborns Tacubaya
Sanborns Tampico
Sanborns Taxqueña
Sanborns Texcoco
Sanborns Tezontle
Sanborns Ticoman
Sanborns Tijuana
Sanborns Tijuana Río
Sanborns Toluca Centro
Sanborns Torreón Laguna
Sanborns Tuxtla
Sanborns Universidad
Sanborns Veracruz
Sanborns Veracruz Calinda
Sanborns Via Vallejo
Sanborns Villa Coapa
Sanborns Villa De Cortés
Sanborns Villahermosa Altabrisa
Sanborns Villahermosa Olmeca
Sanborns Xalapa
Sanborns Xochimilco
Sanborns Xola
Sanborns Zacatecas
Sanborns Zaragoza

S O L O



Sanborns®

#DeMomento

De la extorsión ni las infancias se salvan

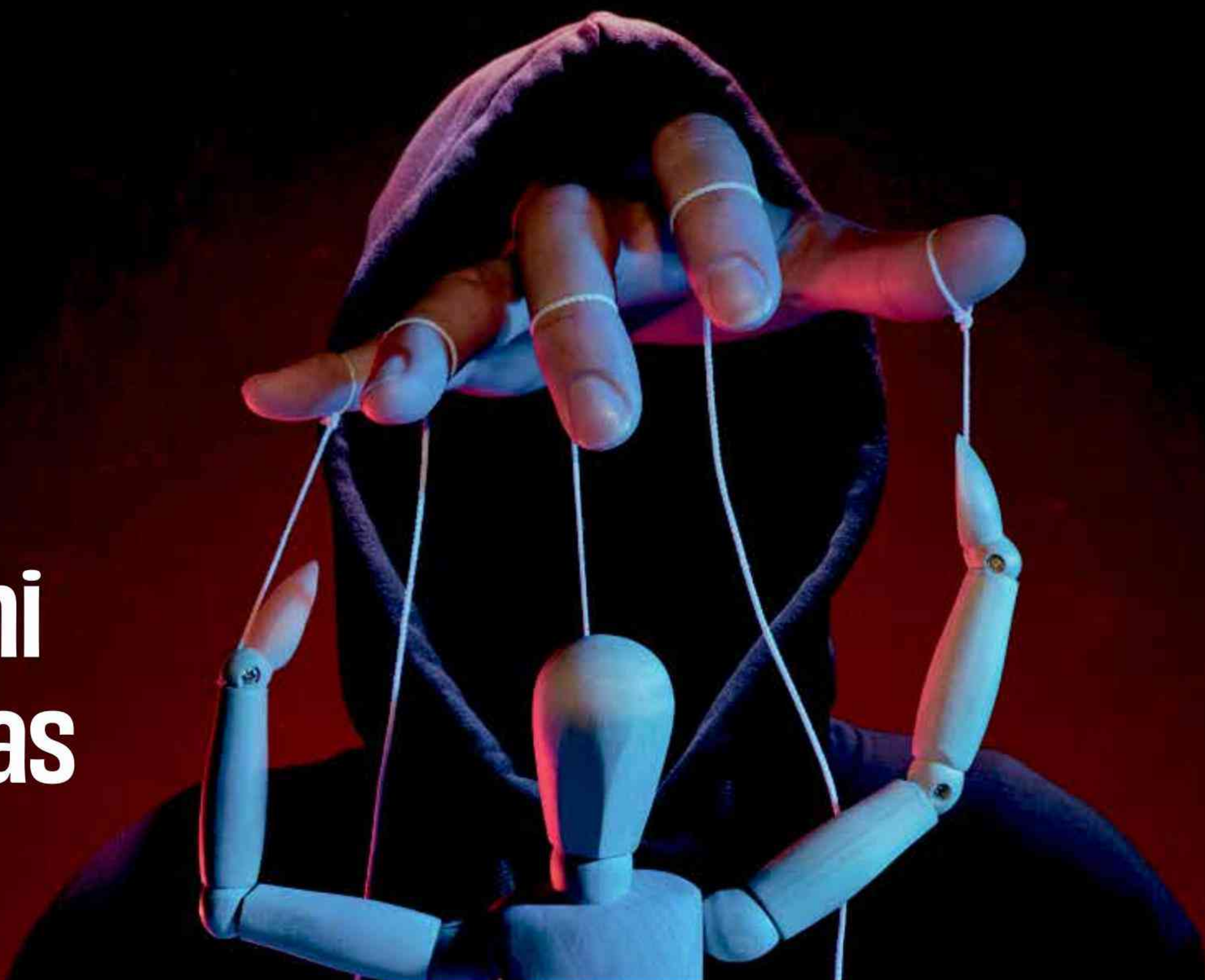


FOTO: SHUTTERSTOCK

Entre enero y julio de este año las estadísticas oficiales registraron un récord en el número de víctimas menores de edad

Por
Saúl
Hernández

Los extorsionadores no discriminan género ni edad. Uno de los delitos que más ha crecido en los últimos años en México también afecta a las infancias y las adolescencias, según un trabajo publicado a finales de agosto por la Red por los Derechos de la Infancia en México (REDIM).

De acuerdo con el informe de la organización, que se basa en datos del Secretariado Ejecutivo del Sistema Nacional de Seguridad Pública (SESNSP), en los primeros siete meses del año creció el número de menores de 18 años que fueron víctimas de algún tipo de extorsión, respecto al mismo periodo del año previo. En cifras concretas, las procuradurías y fiscalías de todo el país contabilizaron 188 niñas, niños y adolescentes extorsionados entre enero y julio de este año, cuando en los mismos meses de 2023 fueron 174.

La estadística de extorsiones contra las infancias y adolescencias es la más alta desde que se empezaron a sistematizar estas estadísticas en 2015, y triplica el número de víctimas que hubo en 2018 (cuando se registraron 60 menores extorsionados).

“La extorsión es un tipo de delito que afecta casi de manera igual a mujeres y hombres en el rango de edad de los 0 a 17 años. De enero de 2015 a julio de 2024, el 45.8% de las víctimas de extorsión [de este grupo etario] en el país han sido mujeres, siendo el 54.2% hombres”, se indica el documento.

La REDIM también destaca que la mayoría de los crímenes se han registrado en el Estado de México, Jalisco y Nuevo León. “Más de dos de cada cinco delitos reportados en el país durante el mismo periodo han tenido lugar en estas tres entidades”.

Si bien la cifra parece minúscula, hay que recordar que la extorsión es uno de los delitos con mayor cifra negra, la cual supera 97%, según la Encuesta Nacional de Victimización y Percepción sobre Seguridad Pública (ENVIPE) que publica anualmente el INEGI. Esto significa que sólo tres de cada 100 extorsiones se hacen del conocimiento de las autoridades judiciales. La inmensa mayoría no se denuncia y, por lo tanto, no aparece en las cifras del Secretariado.

Adolescentes, blanco de sextorsión

Una de las principales modalidades de extorsión contra menores de edad es la sextorsión, que consiste en la amenaza de mostrar o publicar material íntimo obtenido de ellos a cambio de dinero o más fotos o videos. Según los reportes que ha recibido el Consejo Ciudadano para la Seguridad y Jus-

ticia de la Ciudad de México, más de la mitad de las solicitudes de apoyo por ciberdelitos contra niñas, niños y adolescentes desde 2021 a la fecha tienen que ver con sextorsión.

El sitio Healthy Children, perteneciente a la Academia Americana de Pediatría (AAP), explica que los sextorsionadores apuntan a los adolescentes y fingen tener la misma edad que ellos. “Frecuentemente dicen estar interesados en una relación. El estafador podría enviar una foto explícita y luego pedir una a cambio. Si la víctima envía la foto explícita, el estafador luego la extorsionará por más material explícito o dinero”.

Agrega que este tipo de crímenes pueden provocar en las víctimas sentimientos de depresión, que en casos extremos pueden orillarlas al suicidio. Es por ello que recomienda a los padres hablar con sus hijos sobre los riesgos de las redes sociales para que puedan protegerse.

Entre los consejos que ofrece la AAP a las infancias y adolescencias están: nunca enviar imágenes comprometedoras a alguien, sin importar quiénes sean o quiénes digan ser; evitar hacer clic en enlaces o abrir archivos adjuntos de personas que no conocen; apagar sus dispositivos electrónicos y cámaras web cuando no estén en uso; no aceptar solicitudes de amistad de personas desconocidas y no usar contraseñas que sean fáciles de adivinar. 🍅

¿Qué técnicas utilizan los acosadores?

En el caso de la sextorsión a menores de edad, los agresores generalmente contactan a sus víctimas en redes sociales, videojuegos online, foros y apps. Luego del primer acercamiento, crean una falsa sensación de amistad para ganar su confianza. Conforme avanza el trato, los criminales les envían fotografías íntimas para que los menores respondan con el mismo contenido y una vez que consiguen esas imágenes, los amenazan con publicarlas.

45.8% de las víctimas

de extorsión de 0 a 17 años son mujeres y 54.2% son hombres



MARTÍ BATRES

— JEFE DE GOBIERNO —

SEXTO INFORME
GOBIERNO CON ACENTO SOCIAL

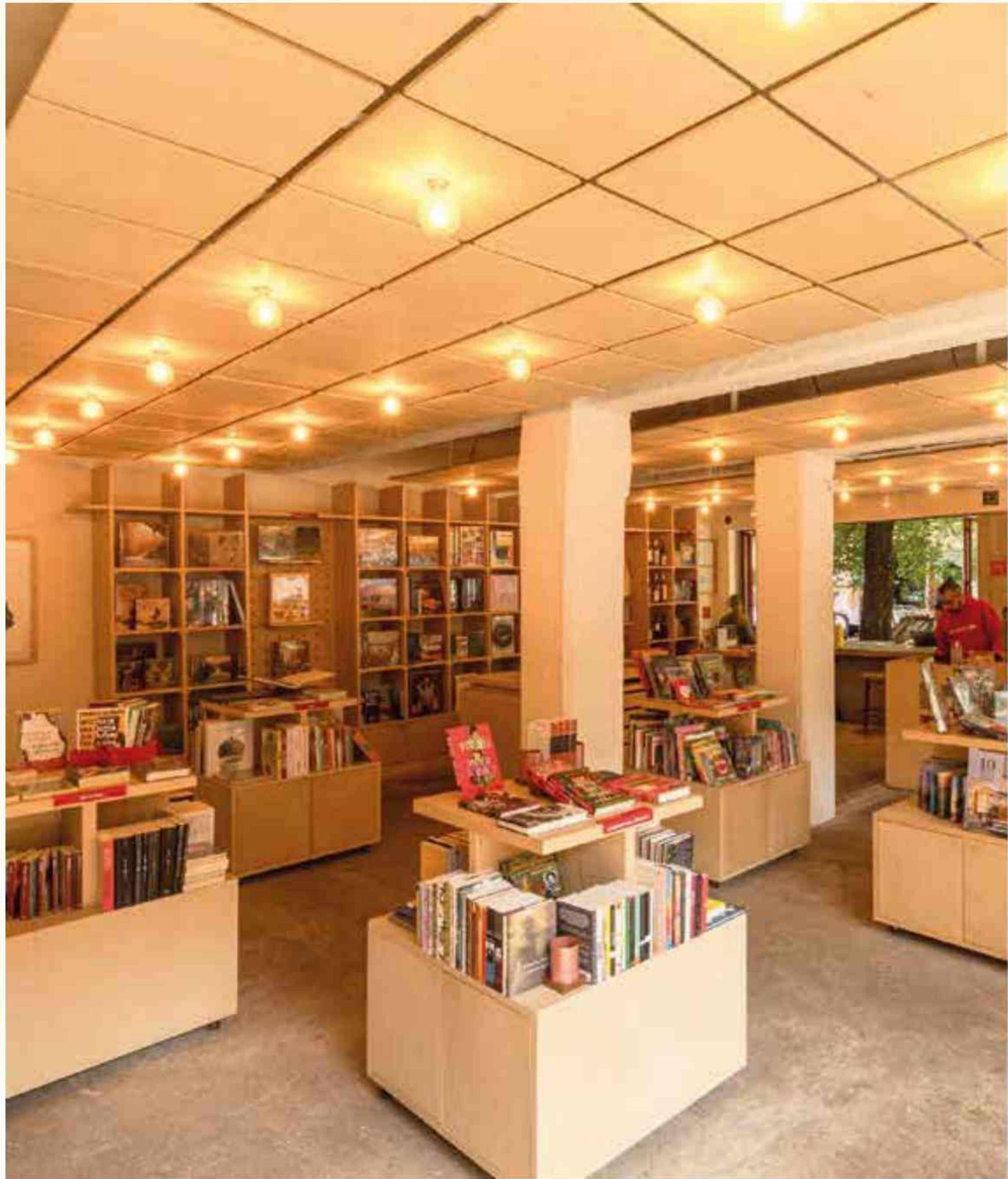
**CONVERTIMOS EL ZÓCALO
EN UN ESPACIO PEATONAL**
que ahora es de todas las familias



GOBIERNO DE LA
CIUDAD DE MÉXICO

CIUDAD INNOVADORA
Y DE DERECHOS

GOBIERNO CON
ACENTO SOCIAL



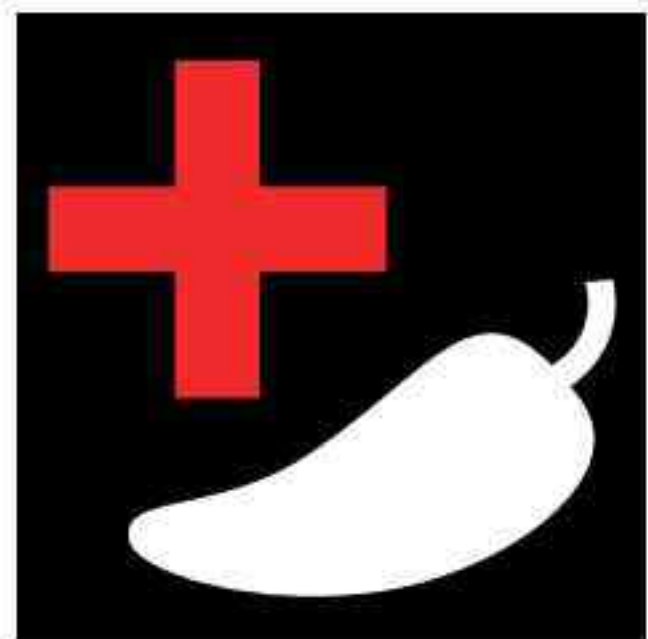
La increíble

DONDE EL ARTE, EL DISEÑO Y LA LITERATURA SE ENCUENTRAN
Visítanos en Juan de la Barrera 112 y Amsterdam 264

¡Descubre más!

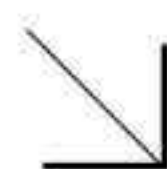


Art Books | Design Goods | Events | Gifts & more



Portada

+ **Chilango**



Hasta 8 años

puede tardar en pedir ayuda profesional una persona con un trastorno alimenticio



48% de los casos

nuevos detectados en el país durante 2023 ocurrió en la CDMX

#Salud

Trastornos alimenticios ya no son "enfermedades de chicas"

La obsesión por estar *fit* hizo que en un año crecieran ocho veces los casos de desórdenes alimentarios en hombres y cinco veces en las mujeres

Por
Saúl
Hernández

La anorexia, la bulimia y otros trastornos alimenticios dejaron de ser "enfermedades femeninas" en nuestra ciudad. De acuerdo con las estadísticas epidemiológicas de la Secretaría de Salud federal (SSa), los casos nuevos de este tipo de desórdenes se incrementaron después de la pandemia de COVID-19 en las mujeres, pero aún más en los hombres.

Las cifras oficiales revelan que en el año que llegó el coronavirus (2020) la Ciudad de México registró 35 casos nuevos de desórdenes alimenticios en hombres y 104 en mujeres. Un año después crecieron a 45 y 150, respectivamente. Para 2022 volvieron a dar un salto: 190 pacientes masculinos y 541 femeninos. Las cifras no dejaron de aumentar y el año pasado rompieron un récord: 1,483 casos de hombres y 2,694 de mujeres.

De acuerdo con Claudia Unikel, especialista en trastornos de la alimentación del Instituto Nacional de Psi-

quiatria Ramón de la Fuente Muñiz, la emergencia sanitaria por el SARS-CoV-2 explica parte del fenómeno. "Fue una situación en donde pudimos observar que la solicitud de consultas a terapia con psiquiatras, con nutriólogos, se incrementó mucho. A la gente la pandemia le generó mucha ansiedad, y a veces la ansiedad se canaliza a través de las formas de comer".

Pero hay otro factor que también pesa mucho, especialmente en las nuevas generaciones: las redes sociales. "En las redes hay muchísima información sobre los ideales de belleza tanto de mujeres como de hombres, cómo se debe ver supuestamente una persona, cómo debe ser su cuerpo. Los jóvenes ven esa información y se empiezan a clavar en querer parecerse a esos ideales, que por lo general son inalcanzables", sostiene la especialista.

Es entonces que tratan de imitar esos cuerpos ultra delgados o súper

marcados con acciones que van desde dietas extremas y rutinas de entrenamiento compulsivas hasta dejar de comer, provocarse el vómito y usar laxantes o diuréticos.

Juan Manuel Mancilla, responsable del Grupo de Investigación en Nutrición de la FES Iztacala, tiene otra visión de los datos de la Secretaría de Salud. Sostiene que en realidad "son muy pocos" los casos de trastornos alimenticios diagnosticados en el país y puede que lo que realmente estén reflejando las cifras oficiales sean sintomatologías de riesgo, es decir, aquella gente que tiene conductas que eventualmente pueden derivar en un desorden alimenticio, "y eso sí ha venido en aumento".

"Cada vez tenemos un mayor número de conductas de riesgo a desarrollar el trastorno porque hay más preocupación por la imagen corporal, por tener un cuerpo *fitness*, por tener un abdomen plano", explicó el psicólogo de la UNAM.

¿Enfermedad de mujeres?

Ambxs especialistas sostienen que los trastornos alimenticios se presentan mayoritariamente en mujeres adolescentes, de entre 14 y 19 años, "pero yo cada vez he visto más casos de niñas,



El tratamiento para estas enfermedades es interdisciplinario, interviniendo distintxs especialistas entre psiquiatras y nutriólogxs

Casos de trastornos alimentarios registrados en la capital, por año

Año	Casos nuevos hombres	Casos nuevos mujeres
2014	37	94
2015	58	118
2016	53	133
2017	46	93
2018	51	94
2019	59	218
2020	35	104
2021	45	150
2022	190	541
2023	1,483	2,694

por ahí de los 11, 12 o 13 años que ya empiezan con esto”, dice Unikel.

Si bien los desórdenes alimenticios pegan más a las mujeres, la experta advierte que “los hombres no están exentos”. Los datos epidemiológicos de la CDMX apuntan a ello. Sólo entre 2022 y 2023 el número de nuevos pacientes varones creció ocho veces en tanto que las pacientes mujeres se quintuplicaron.

Asimismo, mientras que antes de la pandemia uno de cada cinco nuevos casos correspondía a un hombre, en 2023 la proporción se redujo a uno de cada tres. La brecha podría ser más pequeña considerando que “los hombres sienten que es una enfermedad de mujeres y tardan en buscar ayuda de salud, y de terapia ni se diga”.

A diferencia de las mujeres, que desarrollan principalmente anorexia, bulimia y trastornos por atracón, el problema de los hombres parece concentrarse más en la vigorexia. Se trata de un trastorno mental en el que la persona afectada considera que su cuerpo no está suficientemente musculado y en busca de conseguir su six pack y unos bíceps y pectorales bien definidos, termina ejercitándose a lo loco y afectando su conducta alimentaria con una ingesta exagerada de proteínas y carbohidratos, acompañada del consumo de otras sustancias como esteroides anabolizantes.

Lo que sucede en nuestra ciudad ocurre también en otras latitudes del planeta. En Estados Unidos, por ejemplo, la Asociación Nacional de los Desórdenes de Alimentación (NEDA, por sus siglas en inglés) plantea que una de cada tres personas con algún trastorno de este tipo es un hombre. Y en Argentina, la proporción de quienes desarrollan desórdenes alimenticios pasó en una década de uno varón por cada diez mujeres a uno por cada seis.

El fenómeno es tal que en la última Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (ENSANUT 2022), lxs investigadorxs del Instituto Nacional de Salud Pública (INSP) recomendaron “empezar a explorar a nivel poblacional otros tipos de manifestaciones de insatisfacción con la imagen corporal, como el deseo de musculatura, que de acuerdo con la literatura son más frecuentes entre adolescentes varones”.







- NOTICIAS
- MÚSICA
- DEPORTES
- ENTRETENIMIENTO



ADRENALINA



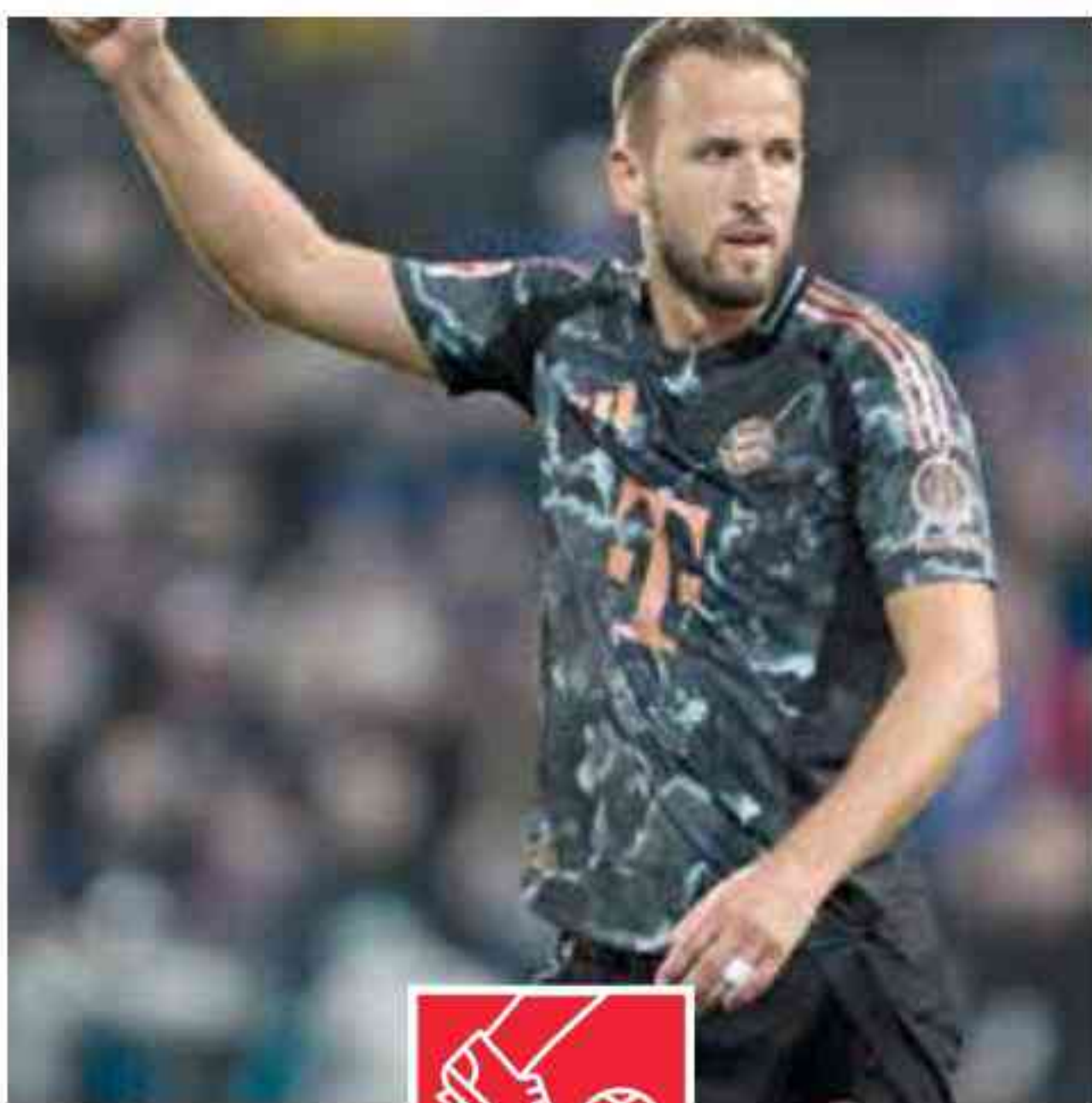
JUVENTUS VS PSV EINDHOVEN

Una nueva temporada de la UEFA Champions League dará inicio este martes con un flamante nuevo formato en el que 36 equipos tendrán participación, cuatro más que en las ediciones anteriores. La Juventus estará recibiendo en su primer partido de ocho al PSV Eindhoven, un rival al que nunca antes ha enfrentado. La Juve partirá como favorita.

APUESTA AL PARTIDO

caliente.mx

JUVENTUS -139	EMPATE +280	PSV EINDHOVEN +345
------------------	----------------	-----------------------

BAYERN MÜNICH
VS DINAMO ZAGREB

La última vez que estos dos conjuntos europeos se enfrentaron en la Champions League, fue en la temporada 2015/16, cuando compartieron fase de grupos. En aquella ocasión, el Bayern Múnich logró superar al Dinamo Zagreb, tanto en casa, como a domicilio y por una cómoda ventaja. En este torneo sólo se verán las caras una vez y los alemanes tendrán la ventaja de contar con su afición.

APUESTA AL PARTIDO

caliente.mx

BAYERN MUNICH -667	EMPATE +625	NK DINAMO ZAGREB +1600
-----------------------	----------------	---------------------------

AC MILÁN
VS LIVERPOOL

Debido al nuevo formato de competición, será la única vez que se enfrenten en la primera ronda y a los italianos les tocará ser locales. Estos conjuntos han jugado en cinco oportunidades, la más importante fue la final de este mismo torneo, pero en su edición 2004/05. En aquel mítico encuentro, los de Milán empezaron ganando, pero Liverpool terminó levantando la "orejona" tras la tanda de penales. Dos años después volvieron a encontrarse en la final y los italianos se impusieron 2-1. Desde entonces los británicos han ganado siempre.

APUESTA AL PARTIDO

caliente.mx

AC MILÁN +270	EMPATE +275	LIVERPOOL -114
------------------	----------------	-------------------



REAL MADRID VS STUTTGART

Como actual campeón de la Champions League, se espera que el Real Madrid tenga una destacada participación. Los Merengues abrirán como anfitriones en el Santiago Bernabéu ante el Stuttgart, un oponente al que nunca antes se ha enfrentado. Los madrileños son favoritos pero no deberán confiarse. En LaLiga de España, los Blancos compiten por la parte más alta de la tabla y continúan invictos tras cinco fechas disputadas.

APUESTA AL PARTIDO

caliente.mx

REAL MADRID -371	EMPATE +480	STUTTGART +800
---------------------	----------------	-------------------



YOUNG BOYS VS ASTON VILLA

El nuevo formato permitirá que clubes no tan fuertes tengan mayores oportunidades de participar en las eliminatorias de Champions. A Young Boys le tocó abrir la campaña como anfitrión en el Wankdorf Stadion de Berna frente al Aston Villa. Esta será la primera vez que ambos planteles compartan el terreno de juego y los suizos deben aprovechar.

APUESTA AL PARTIDO

caliente.mx

YOUNG BOYS +385	EMPATE +295	ASTON VILLA -159
--------------------	----------------	---------------------



SPORTING LISBOA VS LILLE

Hace más de 14 años que el Sporting Clube de Portugal y el Lille no se medían en una competición oficial. En 2010 les tocó cruzarse en la fase de grupos de la Europa League, donde los lusos superaron a los franceses, tanto en Lisboa como en Lille. El cuadro visitante viene de una racha de tres derrotas seguidas y le será muy complicado superar al actual líder de la Primeira Liga portuguesa.

APUESTA AL PARTIDO

caliente.mx

SPORTING LISBOA -148	EMPATE +265	LILLE +390
-------------------------	----------------	---------------



COLO COLO VS RIVER PLATE

Esta semana comienzan los compromisos de ida en los cuartos de final de la Copa CONMEBOL Libertadores y a Colo Colo le toca abrir la serie como local ante River Plate en el Monumental David Arellano. En los últimos tres años, estos planteles se han enfrentado en cuatro oportunidades, dejando un balance de un empate y tres triunfos para River.

APUESTA AL PARTIDO 		
COLO COLO	EMPATE	RIVER PLATE
+200	+205	+144



FORTALEZA VS CORINTHIANS

Además de la Copa Libertadores, este martes comienzan los cuartos de la Copa CONMEBOL Sudamericana, el segundo torneo más importante de la región. Fortaleza será anfitrión ante Corinthians, un contrincante al que conoce perfectamente, ya que ambos juegan en la Série A brasileña. Los locales atraviesan por un momento mucho mejor en la liga y eso podría verse reflejado en el marcador.

APUESTA AL PARTIDO 		
FORTALEZA CE	EMPATE	CORINTHIANS SP
-118	+235	+340



AMÉRICA VS ATLAS

La mitad de temporada del Apertura 2024 de la Liga Mx está por llegar y el Club América no ha podido mostrar el mismo nivel futbolístico de los dos torneos anteriores, en los que fue campeón. Hoy le toca medirse ante Atlas, uno de los planteles más fuertes en lo que va de la campaña. El mes pasado, las Águilas vencieron a los Zorros 2-1 en la Leagues Cup.

APUESTA AL PARTIDO 		
AMÉRICA	EMPATE	ATLAS
-179	+300	+460

*Estos momios pueden cambiar en cualquier momento. Consúltalos antes de meter tu apuesta.



Recibe de regalo*

\$1,000

SIN DEPÓSITO



#MásAcciónMásDiversión

**BAJA LA APP EN caliente.mx**

*VÁLIDO SÓLO PARA NUEVOS USUARIOS. PERMISO SEGOR DGG/SP/404/97 DIVIÉRTETE RESPONSABLEMENTE. LOS JUEGOS CON APUESTA ESTÁN PROHIBIDOS PARA MENORES DE EDAD. CONSULTA TÉRMINOS Y CONDICIONES EN CALIENTE.MX

#Entérate

Nuevas voces latinas en el rock alternativo

Conoce a fieldfox., una joven banda de músicos latinos en Las Vegas que desafía con su sonido influenciado por la década de los 2000

Radicada en Las Vegas, Nevada, fieldfox. es una banda de rock alternativo integrada por los músicos mexicanos Juncko (voz/bajo) y Angel (voz/guitarra), y los nicaragüenses Gerry (guitarra) y Carlos (batería), que apuesta por hacer de la música una plataforma para conectar con las nuevas generaciones que siguen amando la poderosa década de los 2000 cuando MTV vivía su época dorada.

En un terreno musical dominado por artistas con muchísima trayectoria, el surgimiento de bandas jóvenes se enfrenta a una mezcla de escepticismo, pero es precisamente en esta nueva generación donde reside el cambio que enriquece la escena con propuestas como fieldfox., quienes a pesar de llevar menos de un año juntos, han decidido abrirse paso desde EEUU con una fuerza que proviene de su juventud y del poder de sus raíces con claras influencias como Blink 182 o Yellowcard.

Respecto a lo que significa ser una banda latina y joven radicada en Las Vegas, la agrupación dice que “sabemos que representamos a la comunidad latina y es algo que nos hace sentir orgullosos. Dentro de Las Vegas hemos podido contar con bandas del mismo género que el nuestro y que nos han apoyado sin importar nuestros orígenes”. Y al preguntarles sobre las posibles diferencias entre la escena musical latinoamericana y la escena americana, responden que “es difícil hablar del tema; siempre ha existido apoyo y al mismo tiempo no. Al final lo



FOTO: CORTESÍA

Una historia comienza

“Restart” es el primer sencillo y otros próximos estrenos son “Arrowhead” y “Brooklyn”, cada uno acompañado de un video musical que retrata la personalidad de los integrantes con guiños melancólicos y una estética muy vintage. La historia de fieldfox. está comenzando pero su pasión nos invita a seguirlos de cerca en sus redes (IG: @itsfieldfox) y por supuesto en las plataformas musicales. Si fuiste fan de MTV, esta será tu siguiente banda favorita.

que habla de un proyecto es su trabajo, y si queremos seguir adelante, el apoyo mutuo es indispensable. El mensaje es poder apoyarnos entre nosotros y consumir lo que nos guste, y si sientes que te representa, pues qué mejor”.

Es indudable que vivir y tocar en EEUU conlleva retos que van desde la adaptación hasta la conquista de espacios dominados por otras tendencias. Es por eso que fieldfox. piensa que la exposición es algo que cualquier banda busca aunque muchas veces faltan lugares que realmente puedan apoyar a una banda nueva. El código cultural existe y hay cosas que pueden ser difíciles de conectar, por ejemplo, cuando el idioma natal es el español. La mayoría de los integrantes llevan bastante tiempo en Nevada pero siempre reflexionan sobre cómo lanzar mensajes que sean entendibles tanto en español como inglés. 🌶️

SUSCRÍBETE



¿QUIERES LLEVAR LA REVISTA EN TU
CEL O COMPUTADORA A DONDE ESTÉS?

SUSCRIPCIÓN DIGITAL: \$169.00 POR 12 MESES



LLÉVATE 15 REVISTAS PAGANDO SOLO 12

SUSCRIPCIÓN ANUAL: \$564.00



[HTTPS://SUSCRIPCION.CHILANGO.COM/](https://suscripcion.chilango.com/)

#Entérate

Desbloquea tu potencial al máximo

Con estos consejos podrás optimizar tus tiempos de estudio y aprenderás a organizarte mejor, cortesía de Random House*



EL TIEMPO, TU MAYOR TESORO

- Sé realista cuando determines horarios de estudio, no sólo tomes en cuenta clases, sino otras actividades, responsabilidades (pasear a tu mascota, por ejemplo) y tiempo libre.
- Asigna tiempo a cada materia: siempre más tiempo para los temas y materias que te cuestan más; agenda repasos y tareas desde el momento en que te las asignen.
- ¡Toma descansos obligatorios! Detente, respira, estira tus brazos y ejercita las manos. Levántate y muévete un poco para evitar la fatiga. Te recomendamos la técnica Pomodoro, que permite administrar el tiempo de forma eficiente según prioridades, ciclos de concentración y distracción.



ORGANIZA TU ESPACIO

- Busca un sitio tranquilo, con buena luz y sin distracciones para entrar en modo zen.
- Prepárate para la batalla: libros, cuadernos, plumas, colores, jármate de todo lo que necesites para conquistar el conocimiento!
- Orden para el éxito: recuerda siempre que un espacio limpio y ordenado te ayudará a concentrarte mejor y optimizar tu energía. ¡Adiós, caos!



EQUILIBRA CUERPO Y MENTE

- Duerme lo suficiente: 7-8 horas por noche en una postura relajada, a temperatura templada.
- Consume tus tres comidas y un *snack* mientras estudias. Aléjate del azúcar, ya que los picos de glucosa pueden ser muy contraproducentes y provocarte cansancio, fatiga mental y dificultad para concentrarte.
- Tu arma más definitiva contra el estrés es el ejercicio; no lo dejes de lado y valora cómo despeja tu cabeza, pulmones y corazón. Tus hobbies y tiempo con la familia también son vitales. 🌶️

ILUSTRACIONES: SHUTTERSTOCK

Travesías

SEMANAL

Un semanario de inspiración para viajeros, que entregamos directo a tu buzón cada sábado por la mañana.



SUSCRÍBETE
travesiasdigital.com/newsletter



#JusticiaAmbiental

Inundaciones en el Valle de México

FOTO: CUARTOSCURO

Las soluciones adoptadas desde hace mucho tiempo han reincidento en buscar la forma de canalizar el agua de lluvia, de escurrimientos y desbordes de ríos, fuera de los límites de la ciudad

Para ilustrar el riesgo latente de inundaciones que padece la Zona Metropolitana del Valle de México, sólo hay que recordar que se construyó sobre una zona lacustre. Durante la colonia se inició la construcción del canal de Huehuetoca para descargar agua en el río Tula. En 1866, ya en la época independiente, comenzó la construcción de un gran canal para desaguar en el Lago de Texcoco.

En 1930 dio inicio la construcción de drenajes y sistemas de presas para la regulación de escurrimientos. No obstante, desde entonces, se constataron hundimientos diferenciales o desiguales del nivel del suelo que hacían que los colectores de agua perdieran sus pendientes y, por lo tanto, su efectividad.

Años después el Dr. Nabor Carrillo explicaría que dichos hundimientos eran provocados por la extracción de agua del subsuelo mediante pozos. Las obras posteriores han seguido el mismo concepto sólo que en dimensiones colosales, como el entubamiento de

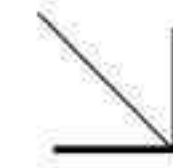
ríos hasta la construcción del Sistema de Drenaje Profundo con sus gigantescos túneles llamados emisores.

Hoy se suman nuevos riesgos, pues debido a fenómenos como El Niño y el cambio climático se presentan trombas o lluvias torrenciales que traen una mayor caída de agua en menor tiempo y las precipitaciones pluviales caen en otras zonas como sucedió este mes en calles de Polanco.

Lo lamentable es que habiendo tanta agua que canalizar fuera de la ciudad, muchas personas sigan padeciendo escasez de agua potable. Por fortuna, dicha visión cambió con el gobierno de la Dra. Claudia Sheinbaum, que inició un ambicioso programa de cosecha de lluvia, así como la recuperación de ríos, arroyos y canales en la ciudad, además de la creación de humedales artificiales.

Del mismo modo, el enfoque de la jefa de Gobierno electa, Clara Brugada, resulta muy atractivo toda vez que continuará con el aprovechamiento del agua de lluvia, la instalación de plantas potabilizadoras y la inyección de agua al subsuelo para la recuperación del acuífero profundo. Son medidas innovadoras que podrán convertirse en soluciones de largo plazo si al mismo tiempo garantizamos el crecimiento ordenado de nuestra gran metrópoli. 🍷

*Titular de la Procuraduría Ambiental y del Ordenamiento Territorial de la CDMX



#Serendipia Los carnavales de la CDMX

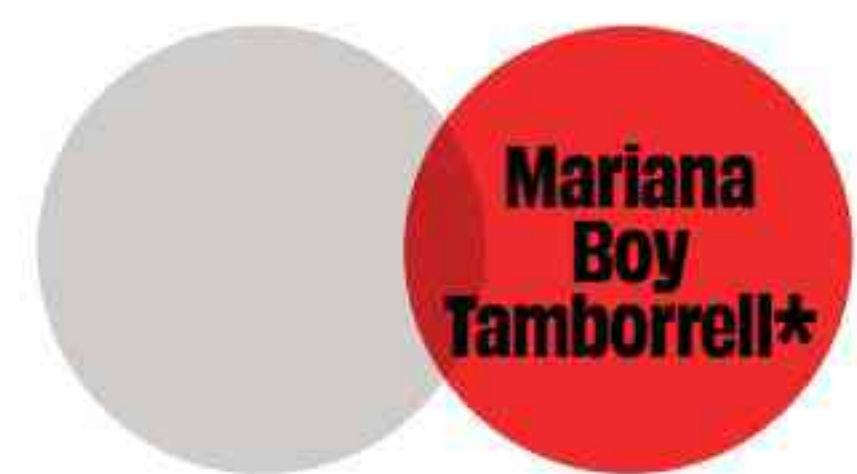
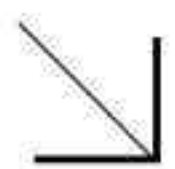
Cada año en la capital del país se llevan a cabo más de 59 carnavales distribuidos en 10 de las 16 alcaldías de esta urbe. Cabe recordar que el Congreso de la Ciudad de México incluyó en 2022 a los carnavales como actividad y expresión humana e inmaterial en la cultura popular y tradicional de la capital, luego de reformar diversas disposiciones de la ley local de Fomento Cultural.

Los carnavales son fiestas populares que en la religión católica se hacen tres días antes del inicio de la Cuaresma, aunque con el paso del tiempo algunas de estas celebraciones se realizan en otra época del año. Independientemente de las máscaras, vestuario, instrumentos, música, bailes, escenificaciones, actuaciones, encarnaciones y ritualizaciones que se llegan a realizar, hay que destacar que estos tienen la función principal de integrar a las personas sin importar estrato sociocultural, credo o afinidades políticas e ideológicas.

En su libro *Felicidad clandestina*, la escritora brasileña Clarice Lispector cuenta brevemente en el relato *Restos del carnaval* el día de carnaval de una niña pobre que lucha por tener un buen atuendo para que las personas la observen y se congratulen de su belleza.

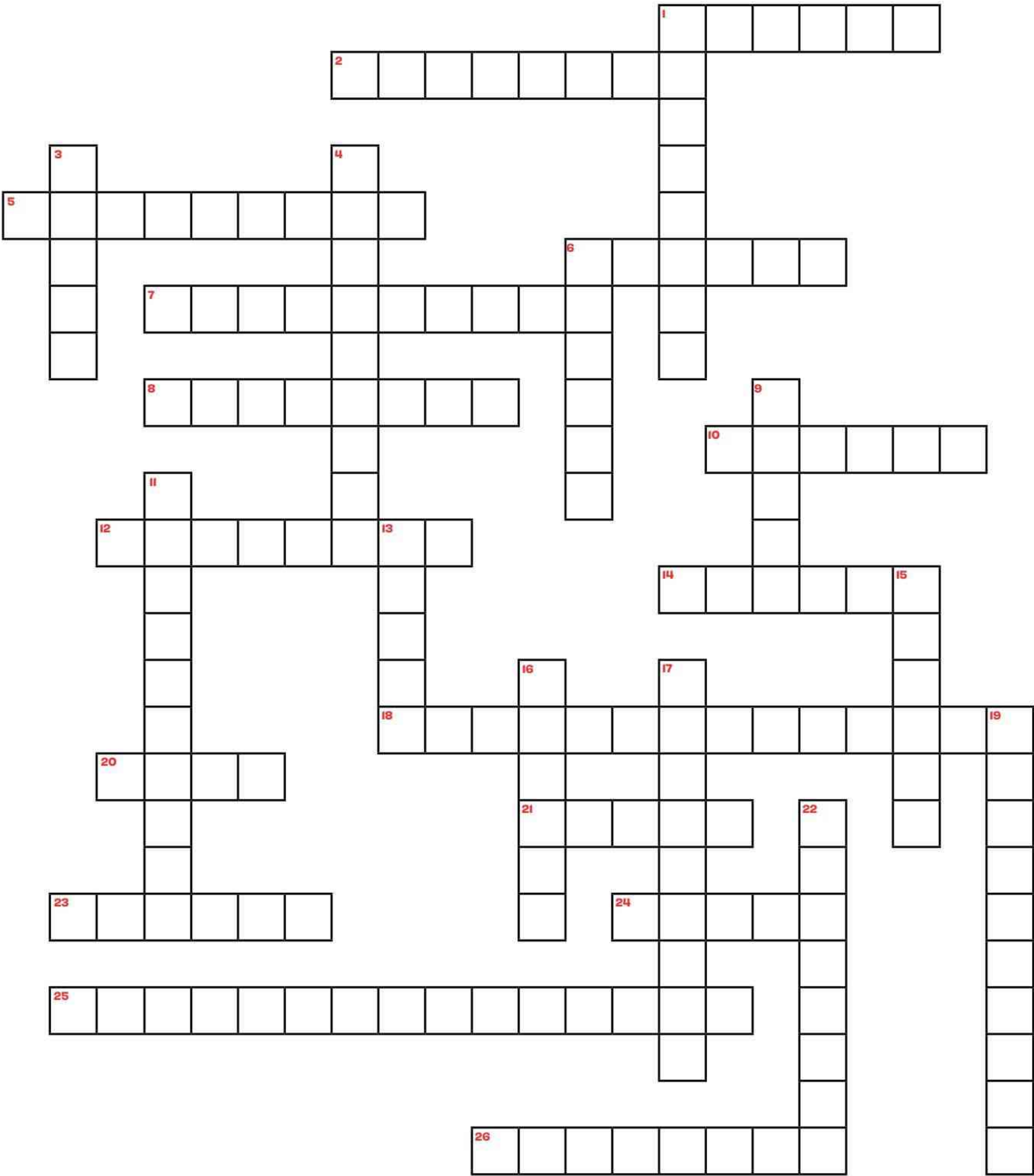
En este caso, el carnaval es el lugar donde se confrontan los vacíos emocionales de esa niña que finalmente es reconocida por un apuesto chico que le sonríe y le acaricia el pelo, luego de que ella sufre varios inconvenientes. Sin duda la estridencia, el ruido, la fuerza y el movimiento frenético con que se realizan los carnavales son características que preparan o guían a los asistentes para que en los días posteriores reine la reflexión y el silencio. Después de todo desfogue de pasiones es necesaria la calma. Por ello, es importante no perder de vista que, además de la parte alegre y hedonista de los carnavales, existe una parte ritual que integra diversos sincretismos culturales con fines de purificación espiritual. A todos los que leyeron este breve artículo les invito a que acudan a alguno de los carnavales de la Ciudad de México. 🍷

*Político y catedrático. Tiene maestría en Derecho Ambiental y doctorado en Ciencias Ambientales, ambos por la Universidad de Alicante, España



Mariana Boy Tamborrell*

Crucigrama



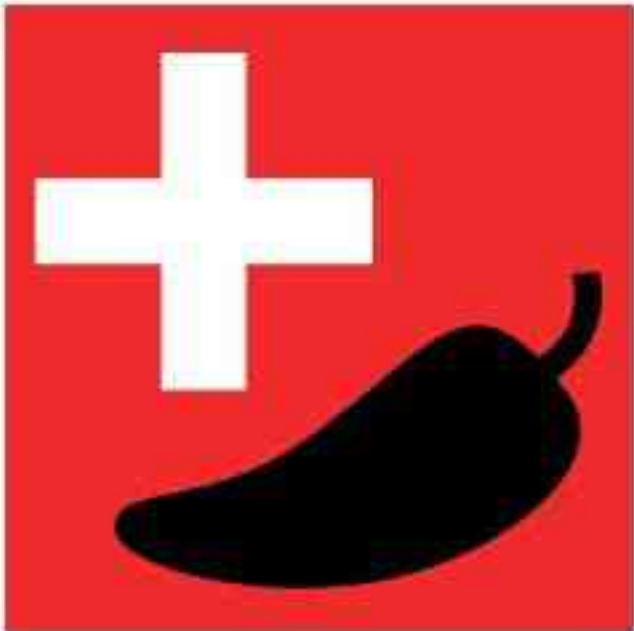
HORIZONTALES

1. Único superhéroe que no tiene superpoderes. / 2. A veces villana, en ocasiones aliada de Batman y amante de Bruce Wayne. / 5. Método que usan los policías para pedir la ayuda de Batman. / 6. Psicópata que quiere ver arder la ciudad entre el anarquismo y el caos: El... / 7. Animal que eligió Batman para ocultar su identidad. / 8. Abrochado alrededor de la cintura de Batman, contiene diversas armas a lo largo. / 10. Acción severa que va en contra de la ley. / 12. Menor de edad al que se le murieron el padre y la madre. / 14. Enemiga de Batman, su objetivo es que el mundo sea dominado por las plantas: Venenosa. / 18. Villano que emplea drogas y métodos psicológicos para aterrorizar a sus víctimas. / 20. Equipo de superhéroes conformado por Batman, Superman, la Mujer Maravilla, Flash, entre otros: La... de la Justicia. / 21. Primer actor que interpretó a Batman en una serie cinematográfica: Wilson. / 23. Fueron los padres de Batman: ...y Martha. / 24. Compañero joven de Batman. / 25. Su fortuna asciende a miles de millones. / 26. Aquel que por derecho recibe los bienes y propiedades de sus padres fallecidos.

VERTICALES

1. Arma de Batman que funciona como un boomerang. / 3. Villano que toma sus decisiones lanzando una moneda: Dos... / 4. Base de operaciones de Batman, se encuentra bajo tierra. / 6. Ciudad con altos niveles de violencia custodiada por Batman. / 9. Nombre real de Batman. / 11. Palabra con la que se conoce a Batman debido a que castiga los delitos. / 13. Protagonizada por Christian Bale, es la continuación de "Batman inicia": "El caballero de la...". / 15. Mayordomo de la familia Wayne. / 16. Ayudó a escapar al Joker, volviéndose una villana que usa además de armas polvos tóxicos: Quinn. / 17. Automóvil conducido por Batman. / 19. Personaje ficticio, combate el mal gracias a sus habilidades extraordinarias. / 22. Oswald Chesterfield, se infiltra en el gobierno usando el miedo y la corrupción para controlar Ciudad Gótica.

Ocio



Sudoku

Fácil

4	5						6	
1	8	9					4	
2					5	8		
		1	4	2	9	7		8
		8		6				5
		4		8		2		
			3	7			2	
9		2			6			1
		7		1			8	4

Experto

	3			4		8		
4			8		7	2		
				6	1			
3					8	1	6	
		6					5	
			2				4	8
	1					3	7	
		7				4	8	5

Soluciones de la edición anterior

Fácil

5	3	2	7	8	4	1	6	9
8	4	7	6	9	1	5	2	3
6	1	9	2	3	5	7	8	4
3	9	1	5	2	6	4	7	8
7	2	8	4	1	3	9	5	6
4	6	5	9	7	8	2	3	1
9	5	4	3	6	7	8	1	2
2	8	3	1	5	9	6	4	7
1	7	6	8	4	2	3	9	5

Experto

1	3	8	6	4	9	2	7	5
6	9	2	5	7	8	1	3	4
7	5	4	2	3	1	9	8	6
8	1	6	3	2	4	5	9	7
3	4	7	1	9	5	6	2	8
9	2	5	7	8	6	3	4	1
4	6	9	8	5	3	7	1	2
5	7	3	4	1	2	8	6	9
2	8	1	9	6	7	4	5	3

Directorio

CAPITAL JATIÖID

Socio Fundador
Gustavo Guzmán
Presidente Media
Eugenio Fernández
VP Comercial
Santiago Pardinás
VP Contenidos
Mael Vallejo
Relaciones Institucionales
Graciela Acevedo
gacevedo@capitaldigital.lat

Editor general:
Saúl Hernández
Editora hard:
Eridani Palestino
Editor soft: Emmanuel Vizcaya
Coeditora soft: Xally Miranda
Diseño: E. R. | Oscar Vázquez
Reportero hard: Alberto Rivera
Redactor hard:
Aldebarán Sánchez

+ Chilango

Director general:
Pablo León
Directora editorial:
Cristina Salmerón
Directora de operaciones:
Adriana Paredes
Ventas: ventas@maspormas.com.mx
Editorial: guardia@chilango.com
Distribución: distribucion@maspormas.com.mx
Alianzas e intercambios: alianzas@maspormas.com.mx



Se publica de lunes a viernes y su distribución es gratuita. Editor Responsable: Rodrigo Javier Gaspar Sepúlveda. Número de Certificado de Reserva otorgado por el Instituto Nacional del Derecho de Autor: 04-2023-10112425000-101. Número de Certificado de Licitud de Título y Contenido: 17602. Inscripción al Padrón Nacional de Medios Impresos de SEGOB, Registro en el PNMI 22/01/2024. Editado y Distribuido por Más Información con más beneficios S.A. de C.V., calle Juan de la Barrera 112, piso 2, col. Condesa, Alcaldía Cuauhtémoc, Ciudad de México, C.P. 06140. Impreso en Impresora de Periódicos Diarios S.R.L. de C.V., calle Acapulco 80, col. Santo Tomás, alcaldía Azcapotzalco, Ciudad de México, C.P. 02020. Prohibida la reproducción total o parcial.



Más que
números,
personas.

81 S4NT1

© 2024 AT&T Intellectual Property II, L.P. AT&T y el logotipo del Globo son marcas registradas a nombre de AT&T Intellectual Property II, L.P. y/o sus compañías afiliadas. Todas las demás marcas son propiedad de sus respectivos dueños.